

# Zen et Équilibre: tout se joue dans la tête

Autre manifestation

3 rue George Gay, 31700 Blagnac, France

GPS : 3 rue George Gay, 31700 Blagnac, France

Le 15 mars 2025 | 14h30

Résumé : Venez découvrir les fascinantes interactions entre les actions du cerveau et l'équilibre du corps. Au cours de cette séance, nous explorerons comment le cerveau orchestre les mécanismes complexes qui permettent de nous maintenir en équilibre sur nos deux pieds. Entre neurosciences et arts de l'équilibre, des spécialistes partageront les connaissances issues des dernières recherches en neurosciences et offriront des exercices pratiques issus de la pratique ancestrale du Qi Gong et du Tai Chi qui visent à améliorer la stabilité et la coordination.

## Orateur(s)

Isabelle Loubinoux (chercheuse Inserm,  
ToNIC) & Lise Basset  
(directrice/professeure)